

你了解自己吗

——少年心理问答

主 编 李燕杰

副主编 高友德 刘方成

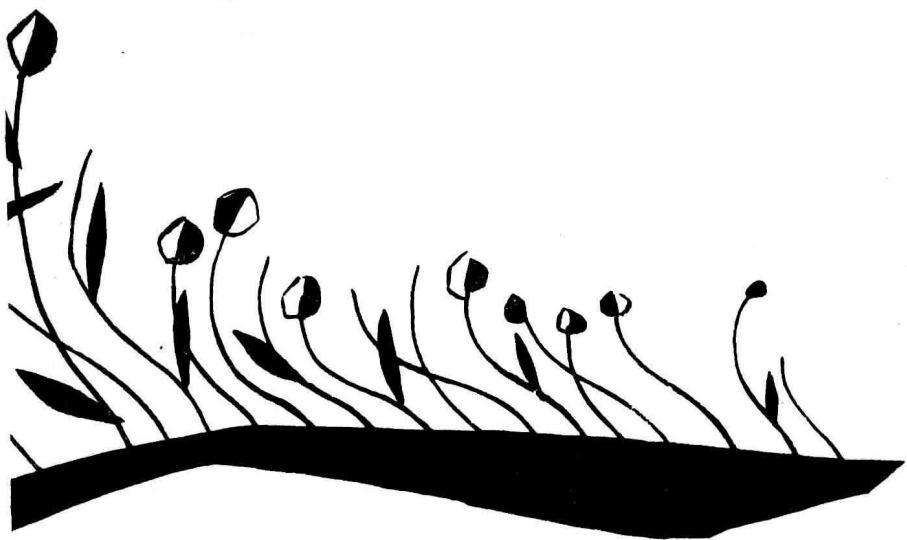
浙江少年儿童出版社



你了解自己吗

——少年心理问答

吕文升 孙铭钟 等编著



浙江少年儿童出版社

封面设计 张妙夫
封面摄影 张沐华
插图 胡一达
责任编辑 丛 燕

你了解自己吗
——少年心理问答

吕文升等编著
孙铭钟

浙江少年儿童出版社出版
(杭州武林路125号)

浙江新华印刷厂印刷
(杭州环城北路天水桥堍)

浙江省新华书店发行

开本787×1092 1/32 印张5 字数105 000 插页2 印数00001—43200
1988年9月第1版 1988年9月第1次印刷

ISBN 7-5342-0237-X/G·172 定 价：1.10 元

序

——献给少年们的聪明钥匙

自古英雄出少年。

展现在少年朋友眼前的世界是五彩缤纷的。

少年朋友的想象力最丰富。

你正在追寻着，追寻着闪光的足迹；你正在憧憬着，憧憬着美好的明天；你正向往着，向往着干一番惊天动地的事。然而，在漫长的人生道路上，你会遇到快乐，也会遇到苦恼；有时一帆风顺，有时崎岖坎坷。《你了解自己吗——少年心理问答》如同一把聪明的钥匙，帮助你打开心灵的大门，使你了解自己，知道别人。

知人者智，知己者明。知道自己并不是很容易的事情。比如，你知道自己的大脑吗？揭开大脑的奥秘是当今世界的三大难题之一。虽然人类用聪明的大脑，制造了遨游太空的宇宙飞船，创造了神通广大的机器人，可是人类并不完全了解大脑。在复杂的思考过程中，大脑会发生哪些神奇的变化？世界上有50亿人，人人都有自己特殊的个性，你又有哪些个性特点呢？又如怎样克服考试中的怯场？怎样培养记忆力和创造力？这一连串的问题，你能回答几个？你如果想了解自己的秘密，那就请拿起这把有趣的钥匙，在这座神秘的宫殿里作一次饶有兴味的漫游吧！它将帮助你认识自己，为

你排忧解难，提供你用最佳的学习方法，发展智力，使你变得更加聪明！

内 容 提 要

本书是一本通俗的少年心理学读物。通过对少年生活中熟悉的事例和古今中外的故事的剖析，介绍了少年既有独立性又有依赖性，既有自觉性又有幼稚性，既懂事又不懂事，既像成人又像小孩的过渡期的心理，并阐述了如何引导少年健康成长的措施。

本书写得生动有趣、通俗易懂，不仅适合初中和小学高年级的少年阅读，而且适合中小学教师和家长阅读，对于教育学工作者、心理学工作者和师范院校学生，也是一本有益的参考书。

目 录

序.....	1
——献给少年们的聪明钥匙	
脑袋大的就聪明吗.....	1
——谈大脑与智慧	
左撇子为什么敏捷.....	3
——谈大脑两半球的功能	
机器人为什么聪明灵巧.....	5
——谈人工智能	
猴子真能会打篮球吗.....	7
——谈条件反射	
狼孩的故事说明了什么.....	9
——谈环境与心理	
神童是天生的吗.....	10
——谈早期教育	
怎样看待大器晚成.....	13
——谈天才出于勤奋	
瞎子摸象说明了什么.....	15
——谈视觉	

立体电影是怎么回事.....	16
——谈双眼视觉	
为什么用红绿灯指挥交通.....	18
——谈色彩心理	
错误为什么检查不出.....	20
——谈知觉的特性	
孔子为什么答不出.....	23
——谈错觉	
为什么有的人不怕痛.....	25
——谈痛觉	
同样的时间为什么觉得有长短.....	27
——谈时间感	
望远镜是怎样发明的.....	28
——谈好奇心	
达尔文成功的秘诀是什么.....	30
——谈观察力及其培养	
为什么会莫名其妙地围观.....	32
——谈注意及其分类	
真有一目十行吗.....	35
——谈注意的广度	
一心能有几用.....	37
——谈注意的分配	
上课时为什么走神.....	39
——谈注意的稳定与转移	
人的记忆潜力有多大.....	41
——谈记忆	

死记硬背为什么容易忘记.....	43
——谈机械识记与意义识记	
为什么记忆时中间模糊，首尾清楚.....	45
——谈记忆的前摄抑制与后摄抑制	
怎样才能记得又快又牢.....	47
——谈记忆方法	
临时抱佛脚为什么不好.....	50
——谈复习的最佳方式	
很熟悉的东西为什么一下子想不起来.....	52
——谈遗忘	
为什么看得懂说不出.....	54
——谈思维与语言	
为什么有高分低能.....	56
——谈知识与智力的关系	
你知道自己的聪明程度吗.....	58
——谈智力测验	
✓ 男的聪明还是女的聪明.....	62
——谈男女智力的差异	
✓ 如何发展女生的智力.....	65
——谈向传统的偏见挑战	
少年为什么会变得“不听话”.....	67
——谈少年思维的独立性	
少年为什么爱钻牛角尖.....	70
——谈思维的片面性	
一个问题有几种答案.....	72
——谈发散式思维	

她为什么能获奖.....	74
——谈创造性思维的培养	
怎样捕捉思维的火花.....	77
——谈灵感	
为什么会产生“杯弓蛇影”心理.....	79
——谈心理定势	
✓ 差生为什么会掉队.....	81
——谈非智力因素	
人为什么会做梦.....	83
——谈睡眠与梦	
为什么喜形露于色.....	86
——谈面部表情	
为什么人逢喜事精神爽.....	88
——谈心境	
他为什么怒杀同学.....	90
——谈情感的两极性	
范进中举为什么会发疯.....	92
——谈激情	
✓ 什么是真正的友谊.....	94
——谈江湖义气	
✓ 怎样培植友谊之花.....	96
——谈交友心理	
没有双臂为什么能成为书法家.....	98
——谈意志及其品质	
刘玲为什么这样坚强	101
——谈意志的锻炼	

考不上重点中学就没有希望了吗	103
——谈自信心	
是“要我学”还是“我要学”	105
——谈学习动机	
科学家为什么会入迷	107
——谈兴趣	
怎样才能获得一技之长	110
——谈技能的形成和培养	
你长大了干什么	113
——谈少年的理想	
郎平是怎样踏上冠军之路的	115
——谈如何实现理想	
为什么有急性子与慢性子	117
——谈气质	
诸葛亮为什么敢唱空城计	120
——谈性格	
B血型的人乐观热情吗	122
——谈血型与性格	
“江山易改,本性难移”的说法对吗	124
——谈良好性格的培养	
✓ 怎样克服考试中的怯场	126
——谈考试心理	
七步诗是怎样作出来的	128
——谈嫉妒心理	
勇敢就是冒险吗	130
——谈少年的好胜心	

爱动就是多动症吗	132
——谈少年的好动	
为什么禁果分外甜	134
——谈逆反心理	
犯了错误以后怎么办	136
——谈浪子回头金不换	
你觉察到了青春的脚步吗	139
——谈青春期的生理	
是好感还是爱情	142
——谈少年早恋	
少年期是“危险期”吗	145
——谈少年期的身心矛盾	
为什么说少年期是“心理断乳”期	148
——谈过渡期的心理	
你能给自己“画”像吗	149
——谈自我评价	

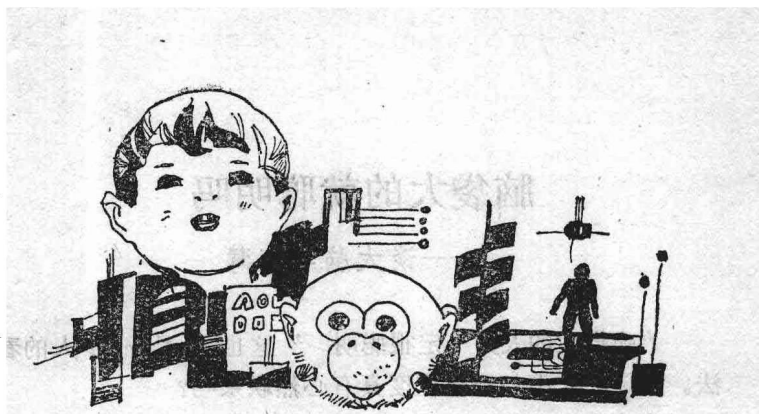
脑袋大的就聪明吗

——谈大脑与智慧

“脑袋大的人，一定很聪明。”这也许是不少人的看法。脑袋的大小与聪明程度真有必然联系吗？

从动物的进化史来看，脑重与智慧是有密切关系的。动物越高级，大脑也越重。大象脑重4500克，鲸的脑重9000克，猴子的脑重100克，人脑的平均重量1400克，如果从脑重的绝对量来看，地球上最聪明的要推鲸了。而事实上，人是万物之灵。人脑是自身重量的 $\frac{1}{40}$ ，猴脑是 $\frac{1}{90}$ ，象脑是 $\frac{1}{440}$ ，而鲸脑却只有 $\frac{1}{10000}$ ，也就是说，脑重与体重之比的脑重系数越大，智慧就越高。

人的聪明才智与大脑的发育是有一定关系的，但只以脑袋的大小为标准来判断人的聪明与否就不科学了。有的世界名人的脑袋是比常人大一些，也有的名人的脑袋比常人还小，如俄国的屠格涅夫的大脑有2012克，而法国的法朗士的脑重只有1017克，两人脑重几乎相差一倍，然而他们都是著名的作家。前几年英国某大学出了一件怪事，在学生体检时，发现数学系的一个学生的脑壳里竟充满了脑脊液，脑重量只有340克，但他却是该系的数学优等生。现实中还有不少脑袋大的愚笨者和白痴，这些事实说明脑袋大小与聪明程度是不成比例的。



人脑是一块非常复杂的物质，它是神经系统的中枢部位。大脑表面的一层，有许多皱褶，如果摊开，大脑皮质的面积大概有2000平方厘米。大脑皮质上大约有140亿个神经细胞，经常使用的只占10~20%，大多数脑细胞都处于休整后备状态。有人推算，如果一个人一生中每小时有1000个脑细胞发生“故障”，一年之间就有876万个细胞失去功能，人就算活到100岁，也只有10亿个脑细胞在工作，只占1/14，还有13/14没有发挥其作用。由此可见，人的智力发展的潜力是很大的。可惜我们的大脑还没有充分的开发和利用。像上面那个数学优等生的例子和有些切去半个大脑也照样生活与工作的人的事实，不也间接证明大脑的这种潜力吗？所以，用脑袋的大小来判断聪明程度，是不科学的，只要你是一个正常的人，聪明与否全在于你是否勤奋刻苦和积极思考，在于你是否充分发挥大脑的巨大潜力。

左撇子为什么敏捷

——谈大脑两半球的功能

左撇子科学上称左利手。其实，人并不是一生下来就惯用右手的，不少是父母干预的结果。美国明尼苏达大学的一位学者估计，若没有父母的干预，大约有34%的儿童习惯用左手。

用左手既不是生理缺陷，也不是坏习惯，法国的医学家指出：左撇子的人明显地比习惯用右手者反应快得多。有不少名人是左撇子。如意大利的大画家达·芬奇、美国的电影艺术大师卓别林都是左撇子。体育界也有不少左撇子的著名选手。1982年获英国温布尔登赛单打冠军的美国网球运动员康纳斯是左撇子，日本职业棒球选手历来成绩最优秀的10名选手中有5名是左撇子，法国击剑队的15名男女运动员中，左撇子占8名。有的国家的体育教练还专门物色左撇子，进行乒乓球、网球、羽毛球等技术训练，以期他们球路别具一格，在竞赛中出奇制胜。

为什么左撇子特别敏捷呢？我们知道，人大脑左右两半球的功能各有侧重，左脑半球支配着人体右侧的大部分活动，并与人类特有的言语功能有关，对各种感觉冲动在最高级水平上进行整合，以形成文字符号、抽象概念。因此左半球的功能侧重于认识过程的理性认识阶段，与形成抽象思维关系较大，叫做“言语优势半球”。右半球支配身体的左

侧，通过对感觉冲动的整合以形成物体、人、动物以及时间、空间的具体形象，包括音乐、图画、艺术在内。因此，右半球功能侧重于感性认识阶段，称为“非言语优势半球”。从视觉到进行动作，左撇子和右撇子的神经道路有所不同，右撇子走“大脑右半球→大脑左半球→右手”这条路线，而左撇子是走“大脑右半球→左手”。从“看”到“动”的过程中，左撇子显然少绕了一个弯。因此，左撇子比右撇子在动作敏捷性方面占优势。

日本有位医学博士对手与脑的关系做了多年研究，他指出：要培养智力发达的孩子，就要经常锻炼他的手指活动。因为手指运动会刺激大脑皮层相应区的脑细胞，促进脑的发展。还有许多专家特别强调加强左手、左侧训练，并设计出多样左手单侧体操。这样，就可促进大脑右半球的发展，有利于挖掘大脑右半球的潜力。

有人把“左撇子”看成是一种疾病，并加以纠正。这将会产生不良后果。国外有的专家对此曾作过细致观察，他们将一些由“左撇子”改成右手的儿童与听其自然发展的左利手儿童分为两组，经过长期随访比较，发现前组中产生言语不清、阅读或书写困难、智能发展迟缓、神经质以及成年后患神经官能症和精神分裂症等精神科病患的比率远高于后一组，更高于一般生来右利手者。所以，强迫“左撇子”改用右手，是有害无益的。

最后还要说明一下，在正常情况下，人的大脑两半球总是协同活动的。两侧半球有相对分工，又相互补充、制约和补偿。没有两半球的协同活动就不能实现人的高度完整的准确的行为。

机器人为什么聪明灵巧

——谈人工智能

你看过美国电影《未来世界》吧？你一定还记得影片中那维妙维肖的机器人，在你还不知道它们是机器人之前，无论从智能还是从外貌都无法分辨出到底是机器人还是真人。

机器人英文叫罗鲍脱(robot)，原意是“傀儡”，这个名词最早出现于捷克作家卡列尔·卡佩克1920年所写的电影剧本《洛桑万能机器人公司》中。此剧本虽属幻想作品，但是对于世界上机器人的研究起了很大的推动作用。最初的机器人投有一点人形，只是计算机和计算机指挥下的某些机械装置，动作简单。随着计算机一代代的发展，机器人也迅速发展，机器人的外貌与智能不断更新。60年代以来，人们一直为“罗鲍脱”的外貌不像真人而感到美中不足。近年来，世界上已诞生了一部分酷似人外貌的机器人，人们把这些机器人称为“安德罗丁”，以区别于“罗鲍脱”，有些“安德罗丁”不仅酷似人貌，而且还有喜怒哀乐等表情变化呢！

人聪明与否在于大脑，人的一切行动都受大脑指挥。机器人也有一个“脑”，这个“脑”就是电子计算机。它聪明与否，在于人们输入的程序的完善程度，与外貌无必然联系。几年前，英国的一家俱乐部新增了一名机器人棋手。它有一只灵巧的手，能执子与人在传统的棋盘上对弈，具有很强的思